

A young boy with dark hair is looking up at a large, lit Christmas tree. The tree is covered in warm white lights and is the central focus of the image. The background is dark, making the lights of the tree stand out.

SEGUNDA EDIÇÃO DO EBOOK

# CONSELHOS PARA UM NATAL MAIS *SUSTENTÁVEL*



VILA DE REI  
município

# Conselhos para um Natal mais sustentável

---

Com o Natal a aproximar-se, não nos podemos esquecer de contribuir para um Natal sustentável.

O certo é que, por mais espírito natalício que tenhamos, o Natal é uma das épocas do ano com maior consumo e desperdício de recursos.

É por isso fundamental fazer as escolhas certas privilegiando o comércio de proximidade, consumo moderado e redução de resíduos. Assim, e através de pequenos gestos no dia a dia, poderemos reduzir os impactes que as nossas escolhas terão no ambiente.

Portanto, não devemos e nem podemos ficar indiferentes a esta realidade. Faça a diferença e comece já a adotar boas práticas de sustentabilidade.

Estes são alguns dos nossos conselhos para tornar o seu Natal mais sustentável.



## Poupe água no Natal

A água que lhe distribuímos é controlada diariamente e preparada para ser consumida em segurança com confiança.

Além de segura e mais barata, é saudável e evita a produção de resíduos ajudando desta forma a garantir a sustentabilidade ambiental.

A água da torneira deverá por isso, ser valorizada e utilizada de forma consciente para não faltar!

Siga estes pequenos gestos para evitar o desperdício de água:

- Antes de lavar os pratos e panelas, limpe bem os restos de comida;
- Utilize as máquinas de lavar roupa e loiça com a carga completa;
- Não use água da torneira para descongelar alimentos. Retire-os mais cedo do congelador;
- Quando lavar frutas ou legumes aproveite a água para regar as plantas ou lavar o chão;
- Tome duchas rápidas e evite os banhos de imersão;
- Reaproveite a água sempre que possível.





## Decorações de Natal

---

O Natal é sinónimo de muitas compras quer seja para a decoração da casa ou para adquirir os presentes, compre sempre localmente.

Reutilize materiais ou, em alternativa, adquira artigos produzidos por Associações de carácter social ou a artesões locais que utilizem produtos sustentáveis.

Opte por uma árvore artificial que possa reutilizar durante vários anos. Ao optar por uma árvore autóctone, escolha uma com raiz se tiver oportunidade e espaço para a plantar novamente, depois de terminar este período festivo. Uma outra opção passa por usar como árvore de Natal os pinheiros provenientes dos trabalhos de desbastes feitos de forma responsável, na medida em que estes não implicam o corte ou o abate de árvores, podendo estes resíduos ser compostados após o Natal.

Aposte na reutilização do papel de embrulho e adereços, aos sacos, frascos, caixas e outros materiais com potencial de reaproveitamento.



## Seja solidário, ajude o próximo

O Natal deve ser sobretudo um momento de partilha de valores como a amizade, a fraternidade e a solidariedade.

Uma altura em que nos juntamos com quem mais gostamos para passar bons momentos, seja à mesa ou à lareira, em família ou com amigos. Contudo, sabemos que, infelizmente, existe muita gente que não tem possibilidade de viver a verdadeira magia desta época, por falta de recursos, saúde ou companhia.

Participe em campanhas solidárias ou doe bens alimentares, desta forma está a ajudar quem mais precisa.

Não se esqueça também que importa ajudar quem está mais próximo, um familiar ou vizinho. Por vezes um simples gesto fará toda a diferença.

Este Natal, seja solidário com quem mais precisa.



## Escolha bem os presentes de Natal

Os presentes são uma das grandes atrações do Natal, mas também eles podem ser adquiridos de uma forma sustentável.

Procure recolher antecipadamente algumas ideias, com pessoas próximas, sugestões de presentes ou, em caso de dúvida, ofereça um cartão-presente ou faça um donativo, em nome da pessoa, a uma causa social.

Opte por produtos nacionais, de origem local e produção biológica. Prefira sempre produtos com utilidade e durabilidade e, quanto à embalagem, prefira materiais sustentáveis passíveis de serem reutilizados ou reciclados.

Ao comprar produtos locais está a ajudar a economia local e a contribuir para uma vida mais justa para os trabalhadores que produzem os presentes que vai oferecer.

Evite oferecer brinquedos de plástico, se possível opte por brinquedos feitos de material reciclado ou madeira.





## Ceia de Natal com todos

---

Planeie uma ceia de Natal sustentável com produtos frescos adquiridos localmente e, se possível, de origem biológica ou provenientes de redes de comércio justo.

Opte por ingredientes da época. Estes alimentos têm um custo económico e ambiental inferior ao dos alimentos consumidos fora da época. Além de que, podem apresentar melhores características organoléticas e nutricionais.

Adquira preferencialmente alimentos sem embalagens ou com embalagens que podem ser facilmente recicladas. Na altura de pôr a mesa, opte por louça lavável e atoalhados de tecido, renunciando aos utensílios descartáveis.

Evite o desperdício alimentar, reutilize as sobras ou partilhe com quem precisa.



## Resíduos no sítio certo

---

Faça a separação dos diferentes resíduos, reutilize os papéis de embrulho e os laços decorativos e encaminhe os diferentes materiais para reciclagem utilizando os ecopontos.

Adie alguns dias a deposição dos resíduos indiferenciados de forma a evitar a acumulação de lixo nos contentores.

Deposite o óleo alimentar utilizado nas frituras dos doces de natal no oleão, mais próximo da sua residência.

Os sacos dos resíduos devem ser sempre colocados dentro do contentor, não deixe o saco no chão. Se estiver cheio, coloque no contentor mais próximo.

Um Natal sustentável é aquele que envolve reciclagem!





## Reduza o consumo energético

---

A iluminação natalícia não pode faltar na decoração de Natal, mas também esta pode ser amiga do ambiente, basta optar por iluminações LED.

Igualmente bonitas, as iluminações LED têm a vantagem de reduzir os custos energéticos em cerca de 80% quando comparadas com lâmpadas tradicionais, possibilitando uma decoração mais sustentável.

Não deixe as luzes acesas em períodos em que não se encontra ninguém em casa ou a família está a dormir.

Este ano, este aspeto torna-se ainda mais importante, de forma a reduzir os gastos do consumo energético, sendo uma principal prioridade quer para espaços públicos, espaços comerciais ou nas residências.



## O Município de Vila de Rei deseja-lhe a si e à sua família um Feliz Natal



Faça-nos uma visita em:

